



Contemporary and Creative Counseling Techniques:

**How to Improve Your Counseling
Skills and to be More Creative
in Counseling Sessions**

**Editor:
Syamsu Yusuf L.N.**



Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan (KDT)

Syamsu Yusuf L.N. (Ed.), *Contemporary and Creative Counseling Techniques: How to Improve Your Counseling Skills and to be More Creative in Counseling Sessions*, RIZQI Press, Bandung, cet. pertama, 2011

ISBN 978-979-1017-39-8

Editor : Syamsu Yusuf L.N.

Desain Cover : Ajat Sudrajat

Layout : Yusman

Cetakan I : November 2011

Penerbit **RIZQI PRESS**

Jl. Cidadap Girang 26

Ledeng Bandung 40143

Telp. (022) 2005869 Fax. (022) 2003656

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2002 tentang Hak Cipta

Pasal 72:

1. Barangsiapa dengan sengaja atau tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp. 1.000.000 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 5.000.000.000 (lima milyar rupiah).
2. Barangsiapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1), dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

DAFTAR ISI

Pengantar - iii

Amalan Baik dalam Konseling di Sekolah

Oleh: Prof. Dr. Rochman Natawidjaja - 1

Impact Counseling

Oleh: Prof. Edward Jacobs, Ph.D., LPC. - 3

Expressive Art Therapy

Oleh: Dr. Diana Lea-Baranovich - 7

Kreativitas Dalam Konseling

Oleh: Ahmad Ali Rahmadian - 10

Philosophical and Religious Foundations for Group Counseling

Oleh : Anwar Sutoyo - 17

Model Pengembangan Keterampilan Dasar Komunikasi Konseling Untuk Meningkatkan Efektivitas Konseling Individual Guru-Guru BK SMP

Oleh : Asrowi - 25

Konselor dan Kesadaran Budaya (*Cultural Awareness*)

Oleh : Fatchiah Kertamuda - 42

Penggunaan Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* (REBT) pada Setting Sekolah di Indonesia

Oleh : Aip Badrujaman - 57

Penggunaan REBT untuk Mereduksi Perilaku Mencontek pada Siswa Sekolah Menengah

Oleh : Dody Hartanto - 66

Coping Skills untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri di Provinsi DKI Jakarta

Oleh : Gantina Komalasari dan Herdi - 76

Cognitive-Behavior Therapy: Solusi Pendekatan Praktek Konseling di Indonesia

Oleh : Idat Muqodas - 90

Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X-3 SMA Negeri 8 Surabaya dengan Konseling Kelompok Gestalt

Oleh : Elisabeth Christiana dan Wahyu Nanda Eka Saputra - 104

PENGUNAAN REBT UNTUK MEREDUKSI PERILAKU MENCONTEK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH

(Using REBT to reduction Academic Cheating Behaviour in Junior High School Student)

Dody Hartanto, M. Pd.

Staff Pengajar di Ahmad Dahlan University, Yogyakarta, Indonesia

Abstract. This article is based on research conducted in SMP PGRI Jakarta Pondok Gede in 2009. Academic Cheating behavior is a problem that exists in every level of education, one of them in the Junior High School. Cheating behavior at high school level is mostly done in the form of social-active, namely the behavior of cheating where students copy, look or ask for answers from people. Sometimes students are cheating in junior high itself dominant in students' achievement motivation in particular the desire to get high scores from parents and the demands are excessive. Use of REBT in reducing cheating is not the whole problem area or domain but rather is specifically targeted at being treated unfairly by a teacher (no attention), consider the lessons that were tested are not important, think cheating behavior will not be known, felt anxious during exams, feel fear shunned by friends, as well as uncertainty with the answer (replacing answer repeatedly).

Key words: Academic Cheating, REBT

Abstrak. Artikel ini didasarkan pada penelitian yang dilakukan di SMP PGRI Pondok Gede Jakarta pada tahun 2009. Perilaku mencotek merupakan permasalahan yang ada di setiap jenjang pendidikan, salah satunya di Sekolah Menengah Pertama. Perilaku mencontek pada level sekolah menengah lebih banyak dilakukan dalam bentuk **social-active**, yaitu perilaku mencontek dimana siswa menyalin, melihat atau meminta jawaban dari orang. Alasan siswa mencontek di tingkat SMP sendiri dominan pada motivasi berprestasi pada siswa khususnya keinginan mendapatkan nilai yang tinggi dan tuntutan dari orang tua yang berlebihan. Penggunaan REBT dalam mereduksi masalah menyontek tidak pada keseluruhan area atau domain akan tetapi lebih secara khusus terarah pada diperlakukan tidak adil oleh guru (tidak mendapat perhatian), menganggap pelajaran yang diujikan tidak penting, berpikir perilaku mencontek tidak akan diketahui, merasa cemas saat ujian, merasa takut dijaui oleh teman-teman, serta ketidakpercayaan dengan jawaban (mengganti jawaban berulang kali).

Kata Kunci: Perilaku Menyontek, REBT

Latar Belakang Masalah

Permasalahan *cheating* atau mencontek merupakan masalah yang dihadapi oleh semua negara. Mencontek pada akhirnya menjadi perhatian internasional. Perilaku *cheating* atau mencontek tidak hanya terjadi pada

siswa di SMP atau SMA tetapi terjadi pula di bangku kuliah atau universitas. Beberapa data yang memprihatinkan adalah Survey nasional yang dilakukan oleh Josephson Institute of ethics di Amerika pada tahun 2006 (Paris S Strom; Robert D Strom dengan: 2007) dengan responden 36.000 siswa Sekolah Menengah Pertama menemukan 60 % siswa menerima dan mengakui pernah mencontek pada saat ujian dan pengerjaan tugas. Terjadi peningkatan sebesar 10 % dalam kurun waktu 20 tahun. 95 % diantaranya mengaku bahwa tidak pernah ketahuan ketika mencontek. permasalahan ini dalam berbagai kajian dan penelitian perlu untuk segera mendapatkan penanganan.

Temuan hasil penelitian lain yang menarik adalah dari *THE EPOCH TIME*: 2005 dalam Paris S Strom; Robert D Strom: 2007 yang mengambil data dari 900 mahasiswa. Dari jumlah tersebut 83 % mengaku pernah mencontek ketika pelaksanaan tes atau ujiannya. Di China bahkan pada akhirnya diterapkan adanya sanksi bagi mahasiswa yang mencontek akan dihukum dengan 7 tahun penjara. Perilaku mencontek juga ditemukan pada siswa di Australia, Inggris, India, Jepang, Korea, Spanyol, dan Skotlandia (Callahan, 2004 dalam Paris S Strom; Robert D Strom: 2007).

Permasalahan *cheating* atau mencontek merupakan masalah yang dihadapi oleh semua negara. Mencontek pada akhirnya menjadi perhatian internasional. Perilaku *cheating* atau mencontek tidak hanya terjadi pada siswa di SMP atau SMA tetapi terjadi pula di bangku kuliah atau universitas. Beberapa data yang memprihatinkan adalah Survey nasional yang dilakukan oleh Josephson Institute of ethics di Amerika pada tahun 2006 (Paris S Strom; Robert D Strom dengan: 2007) dengan responden 36.000 siswa Sekolah Menengah Pertama menemukan 60 % siswa menerima dan mengakui pernah mencontek pada saat ujian dan pengerjaan tugas. Terjadi peningkatan sebesar 10 % dalam kurun waktu 20 tahun. 95 % diantaranya mengaku bahwa tidak pernah ketahuan ketika mencontek. permasalahan ini dalam berbagai kajian dan penelitian perlu untuk segera mendapatkan penanganan.

Temuan hasil penelitian lain yang menarik adalah dari *THE EPOCH TIME*: 2005 dalam Paris S Strom; Robert D Strom: 2007 yang mengambil data dari 900 mahasiswa. Dari jumlah tersebut 83 % mengaku pernah mencontek ketika pelaksanaan tes atau ujiannya. Di China bahkan pada akhirnya diterapkan adanya sanksi bagi mahasiswa yang mencontek akan dihukum dengan 7 tahun penjara. Perilaku mencontek juga ditemukan pada siswa di Australia, Inggris, India, Jepang, Korea, Spanyol, dan Skotlandia (Callahan, 2004 dalam Paris S Strom; Robert D Strom: 2007).

Landasan teoritis

Definisi singkat dari mencontek adalah curang, mencuri atau melakukan sesuatu yang dapat menguntungkan diri sendiri dengan menggunakan segala cara pada saat dilaksanakan sebuah tes. Definisi lain tentang mencontek adalah kegiatan menggunakan bahan atau materi yang tidak diperkenankan atau menggunakan pendampingan dalam tugas-tugas akademik dan atau kegiatan

yang dapat mempengaruhi proses penilaian (Athanasou & Olasehinde; 2002; Eric M Anderman dan Tamera B Murdock; 2007). Bentuk perilaku mencontek secara mudah dapat diklasifikasikan ke dalam table berikut ini:

Tabel 1. Bentuk perilaku mencontek

No.	Indikator
1.	<i>Social Active</i> Melihat jawaban teman yang lain ketika ujian berlangsung Meminta jawaban kepada teman yang lain ketika ujian sedang berlangsung Melihat jawaban teman yang lain ketika ujian berlangsung
2.	<i>Individualistic-Opportunistic</i> Menggunakan HP atau alat elektronik lain yang dilarang ketika ujian sedang berlangsung Mempersiapkan catatan untuk digunakan saat ujian akan berlangsung Melihat dan menyalin sebagian atau seluruh hasil kerja teman yang lain pada saat tes
3.	<i>Individual-Planned</i> Mengganti jawaban dengan ketika guru keluar kelas Membuka buku teks ketika ujian sedang berlangsung Memanfaatkan kelengahan/ kelemahan guru dalam ketika mencontek
4.	<i>Social-Passive</i> Mengizinkan orang lain melihat jawaban ketika ujian berlangsung Membiarkan orang lain menyalin pekerjaan saya Memberi jawaban tes pada teman pada saat tes berlangsung

Alasan seseorang mencontek sangat beragam. Menurut Eric M Anderman dan Tamera B Murdock (2007) berdasarkan perspektif motivasi, siswa memberikan alasan yang sangat beragam. Beberapa siswa mencontek karena mereka sangat fokus pada nilai atau ranking di kelas, yang lain mencontek karena mereka sangat takut pada image yang akan diberikan oleh teman sebaya mereka pada dirinya (dianggap bodoh dan dijauhi).

Sommers dan Sattel (2005 dalam Paris S Strom; Robert D Strom: 2007) menyatakan bahwa *cheating* atau mencontek terjadi karena adanya erosi perilaku, dimana seorang siswa lebih mementingkan membantu teman-teman mereka dalam mengerjakan tugas dan ujian. Terjadinya kecurangan dalam tugas dan ujian dapat disebabkan karena kurangnya kompetensi atau pengetahuan siswa dalam suatu pelajaran atau tes. Sementara itu Peterson dan Selligman (2004) menyatakan bahwa mencontek pada siswa terjadi karena guru membiarkan siswa dan tidak mengawasi dengan lebih baik. Pendapat lain mengenai penyebab terjadi perilaku *cheating* atau mencontek diberikan oleh Baker dan LaTendre 2005; Nicholas dan Good 2004; Eric M Anderman dan Tamera B Murdock 2007. Terjadinya perilaku mencontek menurut mereka lebih dikarenakan adanya tuntutan yang tinggi dari orang tua agar anak mereka mendapatkan hasil terbaik (ranking) di kelas.

Berdasarkan teori perkembangan moral Kohlberg perilaku mencontek lebih terkait dengan masalah pembentukan Kode Moral. Seseorang melakukan perilaku mencontek karena mereka menganggap bahwa *cheating* atau

mencontek akan dimaafkan dan dianggap sebagai hal biasa, karena mereka dituntut untuk mendapatkan nilai yang tinggi agar dapat diterima di sekolah lanjutan yang lebih tinggi.

Perilaku *cheating* atau mencontek menurut Roig & DeTommaso, 1995 dalam Eric M Anderman dan Tamera B Murdock 2007 banyak dilakukan oleh anak atau siswa yang mengalami masalah prokrastinastik. Siswa yang suka menunda-nunda pekerjaan (prokrastinastik) lebih mudah menjadi seorang pencontek dibandingkan siswa yang memiliki perencanaan studi dan menepati waktu belajar yang telah dibuat. Siswa prokrastinastik tidak memiliki kesiapan dalam menghadapi tugas dan ujian yang diberikan oleh guru. Akibatnya siswa memilih cara negative (mencontek) untuk menyelesaikan tugas serta ujian yang diberikan.

Permasalahan mencontek dapat dikaitkan dengan tingkat kecerdasan seseorang (Finn & Frone, 2004; McCabe & Trevino, 1993; Michaels & Miethe, 1989; Newstead et al., 1996; Roig & DeTommaso, 1995; Eric M Anderman dan Tamera B Murdock 2007). Diungkapkan meskipun sedikit pengaruhnya tetapi tingkat kecerdasan seseorang turut berperan dalam membentuk perilaku mencontek. Siswa yang memiliki tingkat kecerdasan yang lebih rendah diketahui lebih mudah terjebak dalam permasalahan *cheating* atau mencontek. Pada mata pelajaran tertentu siswa dituntut untuk menggunakan kemampuan kognitifnya. Siswa yang memiliki tingkat kecerdasan yang baik akan dengan mudah menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan, sebaliknya siswa dengan kemampuan kognitif yang rendah menemui berbagai kesulitan ketika mengerjakan tugas dengan tingkat kesulitan tertentu. Perbedaan ini pada akhirnya membuat siswa dengan tingkat kecerdasan rendah melakukan perbuatan tidak terpuji yaitu mencontek.

Perbedaan jenis kelamin dalam beberapa studi yang telah dilakukan turut mempengaruhi perilaku *cheating* atau mencontek. Laki-laki diketahui lebih berani dalam *cheating* dibandingkan perempuan. Perilaku mencontek lebih banyak dilakukan oleh laki-laki karena perempuan lebih memiliki standar moral yang tinggi dibandingkan laki-laki (Bernard E Whitley Jr; Amanda Bichlmeier Nelson; Curtis J Jones ; 1999). Siswa yang memiliki *self-efficacy* yang rendah diketahui sering terlibat dengan masalah *cheating* atau mencontek. Hubungan antara *self-efficacy* dengan perilaku *cheating* diungkapkan oleh Calabrese & Cochran, 1990; Michaels & Miethe, 1989 dalam Eric M Anderman dan Tamera B Murdock 2007. Dalam studi yang dilakukan oleh Malinowski & Smith, 1985 memaparkan bahwa kecemasan yang berlebihan pada saat tes mengakibatkan seseorang mencontek. Gejala mencontek secara garis besar dapat dibagi dalam tiga dimensi, yaitu: dimensi pikiran, dimensi perasaan dan yang ketiga adalah dimensi tindakan. Indikator tersebut dapat dilihat pada table dibawah ini.

Tabel 2. Dimensi gejala mencontek

Aspek	Indikator
Gejala Mencontek	Pikiran
	1. Menganggap perilaku mencontek adalah wajar
	2. Tidak memiliki waktu belajar yang cukup
	3. Tidak mengetahui materi pelajaran
	4. Tidak mengetahui jadwal ujian
	5. Kurangnya waktu untuk mengerjakan soal ujian
	6. Diperlakukan tidak adil oleh guru (tidak mendapat perhatian)
	7. Menganggap pelajaran yang diujikan tidak penting
	8. Berpikir Perilaku mencontek tidak akan diketahui
	Perasaan
	9. Merasa cemas saat ujian
	10. Merasa harga dirinya harga diri akan jatuh jika nilai rendah
	11. Merasa takut gagal
	12. Merasa takut dijauhi oleh teman-teman
	13. Merasa takut dikatakan bodoh oleh teman-teman
	14. Merasa banyak tugas
	15. Jenuh belajar
	Tindakan
	16. Menunda belajar
	17. Memiliki keterikatan yang tinggi dengan teman sebaya
	18. Kompetisi
	19. Mudah menyerah
	20. Tidak memiliki kemampuan mengatur waktu
	21. Suka mencari perhatian
	22. Tidak dapat mengontrol diri
	23. Tidak yakin dengan jawaban (mengganti jawaban berulang kali)

Metodologi Penelitian

Metode yang digunakan adalah metode eksperimen yaitu sebuah metode penelitian kuantitatif yang paling penuh. Dikatakan paling penuh karena memenuhi semua persyaratan untuk menguji hubungan sebab dan akibat. Fraenkel and Wallen (1993) mengemukakan bahwa penelitian eksperimen merupakan metode yang paling 'powerful' sekaligus sebagai metode terbaik untuk menjelaskan hubungan kausal antar variabel.

Peneliti memilih menggunakan penelitian Quasi Eksperimen (dengan desain the *Randomized Pretest-Posttest Control Group Design*. Desain ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik dalam penelitian eksperimen yang dilakukan oleh peneliti. Pada desain ini peneliti melakukan pretest dan post test untuk mengetahui hasil dari tindakan (treatment) yang diberikan selama proses penelitian berlangsung. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala sebagai instrumen utama, pedoman observasi,

dan pedoman wawancara sebagai instrumen pendukung. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data kuantitatif dengan teknik analisis parametrik.

Hasil penelitian

Penelitian yang dilakukan di SMP Swasta di Pondok Gede Jakarta menemukan bahwa intensitas perilaku mencontek pada siswa di kelas VII SMP berada pada posisi sedang (53.3%) dan rendah (33.3%). Siswa yang menunjukkan perilaku mencontek pada intensitas tinggi hanya 13,3%. Hal tersebut menjadi permasalahan yang harus segera mendapatkan penanganan.

Berdasarkan hasil skala yang diberikan kepada siswa diketahui bahwa bentuk perilaku mencontek yang paling dominan pada siswa kelas VII adalah *social active*. Bentuk perilaku *social-active* adalah perilaku mencontek dimana siswa menyalin, melihat atau meminta jawaban dari orang lain. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan penulis pada siswa di Kota Yogyakarta pada tahun 2010.

Pada skala mencontek yang dibagikan terlihat bahwa siswa lebih banyak memilih cara mencontek berupa melihat jawaban teman pada saat tes berlangsung. Bentuk lain yang digunakan siswa dalam mencontek adalah meminta jawaban kepada teman, baik melalui pemberian kode non verbal maupun dengan tulisan. Bentuk kedua dalam adalah *social passive*, sedangkan pada urutan ketiga adalah Bentuk yang paling sedikit diikuti adalah *Individual-opportunistic* yaitu bentuk perilaku mencontek dimana siswa mengganti jawaban ketika ujian atau tes sedang berlangsung dengan menggunakan catatan ketika guru keluar dari kelas. Hal yang sejak awal peneliti yakini dan semakin diperkuat dalam penelitian ini adalah bahwa perilaku mencontek merupakan fenomena yang *multifaced* (beraneka ragam sebab dan bentuknya). Sejumlah literatur menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mencontek dengan salah satu cara dan yang lainnya melakukannya dengan kombinasi berbagai cara. Bentuk *individual-planned*, yaitu bentuk perilaku mencontek yang dapat diidentifikasi sebagai menggunakan catatan ketika tes atau ujian berlangsung, atau membawa jawaban sebelum berlangsungnya ujian.

Berbagai penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa penyebab atau alasan seseorang mencontek bukan merupakan faktor tunggal, yang berdiri sendiri akan tetapi lebih mengarah pada *multifaced* (beraneka ragam alasan). Faktor-faktor umum yang menyebabkan terjadinya perilaku mencontek adalah: adanya kemalasan pada diri seseorang, karena merasa stres, melihat perilaku mencontek bukan merupakan hal yang salah dan merugikan, dan sebagian yang lain mencontek karena memiliki keyakinan bahwa perilakunya tidak akan diketahui (Hutton, 2006; Donald P French, 2006).

Pada penelitian yang dilakukan ditingkat Sekolah Menengah Pertama diketahui bahwa alasan atau faktor penyebab internal yang paling dominan adalah tidak adanya motivasi berprestasi pada siswa khususnya keinginan mendapatkan nilai yang tinggi. Faktor eksternal yang dominan ditemukan pada penelitian di Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah I Yogyakarta adalah

disputasi yang berlebihan dari orang tua. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Baker dan LaTendre 2005; Nicholas dan Good 2004; Eric M Anderman dan Tamara B Murdock 2007) yang menemukan bahwa perilaku mencontek lebih dikarenakan adanya tuntutan yang tinggi dari orang tua agar anak mereka mendapatkan hasil terbaik (rangking) di kelas.

Penggunaan Rational Emotive Behavior Therapy merupakan pengembangan dari konsep RET (*Rational Emotive Therapy*) (Ellis, 1995). Menurut Gladding (2004), teori yang dikembangkan oleh Ellis ini serupa dengan pendekatan kognitif yang dikembangkan oleh Aaron Beck. Corey (2001) mengatakan bahwa ada perbedaan antara terapi yang dikembangkan oleh Beck dan REBT, terutama dalam hal metode dan gaya terapi. Misalnya, REBT sangat direktif, persuasif, dan konfrontatif, sedangkan Beck memakai dialog Sokratik dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan terbuka dengan tujuan agar konseli merefleksikan isu-isu personal dan sampai pada kesimpulan mereka sendiri. Perkembangan kedua pendekatan ini terjadi secara independen pada saat yang bersamaan. Dalam pendekatan REBT, konselor adalah aktif dan direktif. Mereka adalah instruktur yang mengajarkan dan membetulkan kognisi konseli. Menentang keyakinan yang sudah berakar mendalam memerlukan lebih daripada sekadar logika. Perlu repetisi konsisten. Karena itu konselor harus mendengarkan dengan hati-hati pernyataan-pernyataan konseli yang tidak logis atau salah dan menantang keyakinan ini. Seorang konselor REBT harus mempunyai ciri-ciri berikut: pandai, berpengetahuan luas, empatik, menaruh respek, *genuine*, konkret, persisten, ilmiah, berminat membantu orang lain dan ia sendiri menggunakan REBT.

Menurut Gladding (2004), Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) menggunakan berbagai macam teknik. Dua yang utama adalah mengajarkan (*teaching*) dan menantang (*disputing*). Mengajar, menyangkut memberikan pemahaman tentang ide dasar Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dan memahami bahwa pikiran bertautan dengan emosi dan tingkah laku. Menantang pemikiran dan keyakinan terjadi dalam tiga bentuk. Menantang kognisi, melalui pertanyaan-pertanyaan langsung, penalaran logis dan persuasi. Tantangan imajinal menggunakan kemampuan konseli untuk berimajinasi; tantangan tingkah laku mencakup bertingkah laku dengan cara yang bertentangan dengan yang biasanya dilakukan konseli, misalnya melalui bermain peran atau menyelesaikan tugas ketika konseli harus melakukan sesuatu yang dahulunya dianggap tidak mungkin untuk dilakukannya. Kadang-kadang konseli harus membaca buku membantu-diri-sendiri (*self-help*). Dua teknik lain adalah konfrontasi dan memberi dukungan. Secara eksplisit konseli didorong untuk membuang proses-proses berpikir yang tidak bermanfaat.

Aaron Beck, Albert Ellis, dan Donald Meichenbaum adalah tiga pakar pendekatan kognitif dan kognitif behavioral. Ada terdapat berbagai perbedaan dalam pendekatan mereka. Tetapi, seperti yang dikatakan oleh Gladding (2004), kebanyakan terapi kognitif pada akhirnya akan melibatkan tingkah laku juga, sehingga dapat dikatakan sebagai kognitif-behavioral juga.

Bentuk psikoterapi lain juga menggunakan teknik kognitif, emotif dan behavioral, tetapi Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) bersifat sangat kognitif, aktif-direktif, dengan pemberian tugas-tugas rumah sehingga sangat efektif dan lebih singkat. Konselor tidak percaya bahwa hubungan yang hangat antara konseli dan konselor adalah kondisi yang perlu dan cukup untuk perubahan kepribadian yang efektif, meskipun ada kalanya diperlukan. Mereka menekankan akseptansi tanpa kondisi dan kolaborasi yang sangat erat dengan konseli, tetapi juga menunjukkan defisiensi dari tingkah laku mereka. Konselor Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) menerima konseli mereka sebagai manusia yang dapat melaki kan kesalahan, tetapi juga menekankan bahwa mereka harus bekerja keras dalam terapi.

Melalui Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Konselor dapat menggunakan berbagai macam teknik, bermain-peran pelatihan asertivitas, desensitisasi, humor, sugesti, dukungan dan lain-lain, apa saja yang efektif untuk membantu konseli mengub a keyakinan yang sudah begitu menetap dalam. REBT tidai hanya bertujuan menghilangkan simptom, tetapi juga membanti orang untuk memeriksa dan mengubah beberapa nilai dasa mereka -terutama yang menimbulkan gangguan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa REBT tidak mampu mereduksi keseluruhan gejala perilaku mencontek. REBT terbukti efektif hanya untuk mengurangi perilaku mencontek pada indikator diperlakukan tidak adil oleh guru (tidak mendapat perhatian), menganggap pelajaran yang diujikan tidak penting, berpikir perilaku mencontek tidak akan diketahui, Merasa cemas saat ujian, Merasa takut dijaui oleh teman-teman, Tidak yakin dengan jawaban (mengganti jawaban berulang kali).

Pembahasan atau diskusi.

Penggunaan REBT dalam mereduksi perilaku mencontek dapat digunakan sebagai salah satu alternative penanganan masalah mencontek di sekolah khususnya di Sekolah Menengah Pertama. Penggunaan REBT dalam mereduksi perilaku mencontek dapat diarahkan lebih banyak pada pikiran, perasaan dan tindakan yang tidak irasional (*irrational thinking*). Penanganan masalah mencontek melalui REBT membutuhkan kemampuan konselor dalam memahami REBT. Hal ini dikarenakan dalam REBT terdapat beberapa teknik yang saling melengkapi. Pada masa yang akan datang penggunaan REBT dalam menangani masalah mencontek dapat diarahkan pada dimensi lain yang masih belum dapat direduksi. Penggunaan REBT dalam mereduksi perilaku mencontek memerlukan biaya yang cukup banyak, hal ini memerlukan strategi khusus dari konselor dalam menangani masalah tersebut. Penggunaan REBT dalam menangani masalah menyontek dapat di pertukarkan dengan penggunaan Konseling Kognitif Perilaku (KKP) atau *Cognitive Behaviour Therapy*. Pemilihan penggunaan REBT atau KKP dapat didasarkan pada hasil studi pendahuluan dari gejala perilaku mencontek yang dialami siswa. Penggunaan REBT d masa yang akan datang oleh konselor dalam perspektif penulis sangat diperlukan.

Kesimpulan

Permasalahan mencontek merupakan masalah yang perlu mendapatkan penanganan segera dan komprehensif. Penanganan ini dimaksudkan agar masalah mencontek tidak menjadi benalu dalam program pendidikan karakter. Berbagai penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa penyebab atau alasan seseorang mencontek bukan merupakan faktor tunggal, yang berdiri sendiri akan tetapi lebih mengarah pada *multifaced* (beraneka ragam alasan). Alternative penanganan masalah mencontek dengan menggunakan REBT baru mampu untuk mereduksi beberapa indikator yang ada dalam perilaku mencontek, yaitu: diperlakukan tidak adil oleh guru (tidak mendapat perhatian), menganggap pelajaran yang diujikan tidak penting, berpikir perilaku mencontek tidak akan diketahui, Merasa cemas saat ujian, Merasa takut dijauhi oleh teman-teman, Tidak yakin dengan jawaban (mengganti jawaban berulang kali).

Paparan ini memerlukan diskusi dan penelitian lebih lanjut mengenai alternative penggunaan pendekatan dalam konseling untuk menangani masalah mencontek. penggunaan lain yang pernah dilakukan oleh penulis adalah Konseling Kognitif Perilaku yang juga hanya mampu mereduksi beberapa indikator dalam perilaku mencontek.

Referensi

- Alfie Kohn. (Januari, 2008). *Who's Cheating Whom?*. The Education Digest ProQuest Education Journals; 73, 5; pg. 4
- Bernard E Whitley Jr; Amanda Bichlmeier Nelson; Curtis J Jones. (Nov 1999). *Gender differences in cheating attitudes and classroom cheating behavior: A-Meta Analisis Sex Roles*. 41, 9/10; ProQuest Education Journals pg. 657
- Catherine A Carroll. (Feb 25, 2004). *Cheating Is Pervasive Problem in Education, Forum Participants Say*. Education Week. 23, 24; ProQuest Education Journals
- David Loertscher. (Feb 2006). *Guiding Students From Cheating And Plagiarism To Honesty And Integrity: Strategies For Change Teacher Librarian*. 33, 3; ProQuest Education Journals pg. 40
- Donald L McCabe. (Mar/Apr 2002). *Cheating on Tests: How To Do It, Detect It, and Prevent It*. The Journal of Higher Education. 73, 2; ProQuest Education Journals pg. 297
- Emily Lloyd. (Jun 2004). *The Cheating Culture: Why More Americans Are Doing Wrong to Get Ahead*. School Library Journal; 50, 6; ProQuest Education Journals pg. 179
- Eric M Anderman and Tamerra B Murdock. (2007). *Psychology of Academic Cheating*. USA. Alfie Kohn All rights of reproduction in any form reserved www.scribd.com.
- Kristin Voelkl Finn; Michael R Frone. (2004). *Academic Performance and Cheating: Moderating Role of School Identification and Self Efficacy*. The Journal of Educational Research; ProQuest Education Journals pg. 115
- Lesli A Maxwell. (Apr 5, 2006). *Cheating Charges*. Roil N.J. District Education Week; 25, 30; ProQuest Education Journals

- Luz Bay. (Jul 2000). *Cheating on tests: How to do it, detect it, and prevent it*. Measurement and Evaluation in Counseling and Development. 33, 2; ProQuest Education Journals pg. 120.
- Mark Stricherz. (May 9, 2001). *Many teachers ignore cheating*. Survey finds. Education Week; 20, 34; ProQuest Education Journals pg. 3
- Windy Dryden (2006). *FIRST STEPS IN REBT: A Guide to Practicing REBT in Peer Counseling* Albert Ellis Institute. New York
- Mimi Bong. (2008). *Effects of Parent-Child Relationships and Classroom Goal Structures on Motivation, Help-Seeking Avoidance, and Cheating*. The Journal of Experimental Education. Korea
- Michael H. Romanowski (2008). *What Schools Can Do to Fight Cheating*. The Illinois School Board Journal, 76
- Paris S Strom; Robert-D Strom. Winter 2007. *Cheating in Middle School and High School*. The Educational Forum; Winter; ProQuest Education Journals
- Walter P Rankin. (Mar/Apr 2000). *Cheating on Tests: How to Do It, Detect It, and Prevent It*. Journal of College Student Development; 41, 2; ProQuest Education Journals pg. 25